



**TRABAJO FINAL DE GRADO EN
MAESTRO/A DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

**NORMALIZACIÓN DEL DEPORTE
ADAPTADO EN EL AULA DE
PRIMARIA**

Nombre alumnos: Enrique Ferrando Ros

Antonio García Turpin

Nombre tutora TFG: Ana Capdevila Seder

Área de Conocimiento: Educación Física

Curso académico: 2015/2016

ÍNDICE

	Pág.
1. INTRODUCCIÓN	5
2. MARCO TEÓRICO	6
2.1 Breve historia	6
2.2 Actividad física adaptada	7
2.3 Deporte adaptado	7
2.3.1 Efectos del deporte adaptado. Nivel social, psicológico y físico	8
2.3.2 Tipos de deportes adaptados según distintas discapacidades	9
2.3.3 Deportes adaptados a trabajar en el aula	10
2.4 Inclusión en las aulas de educación física	11
3. OBJETIVOS	13
4. METODOLOGÍA	14
4.1 Muestra	14
4.2 Instrumento utilizado	15
5. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	16
6. INTERVENCIÓN DIDÁCTICA	19
6.1 Voleibol	19
7. CONCLUSIONES	24
8. PUNTOS FUERTES Y DEBILIDADES	26
9. BIBLIOGRAFÍA	27
10. ANEXOS	29
10.1 Anexo 1: Test de actitudes hacia las personas con discapacidad	29
10.2 Anexo 2: Unidad Didáctica de 5º de primaria “BOCCIA”	33
10.3 Anexo 3: Unidad Didáctica de 5º de primaria “FÚTBOL 5”	37
10.4 Anexo 4: Unidad Didáctica de 5º de primaria “GOALBALL”	41

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Deportes Paralímpicos	9
Tabla 2. Número de alumnos por curso	14
Tabla 3. Descriptivos del cuestionario	16
Tabla 4. Media de respuestas positivas por curso y género	17
Tabla 5. Media de respuestas positivas por tener o no contacto con personas discapacitadas y género	17

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Distribución de la muestra por edades	15
Gráfico 2. Porcentaje de alumnado en contacto con personas con discapacidad	16
Gráfico 3. Ítems del cuestionario mejor/peor valorados	18

ÍNDICE DE SIGLAS Y ACRÓNIMOS

CPI: Comité Paralímpico Internacional.

AFA: Actividad Física Adaptada.

IFAPA: Federation on Adapted Physical Activity.

CPE: Comité Paralímpico Español.

TFG: Trabajo de Fin de Grado.

RESUMEN

En este trabajo se analizan las actitudes hacia las personas con algún tipo de discapacidad en un grupo de escolares de entre 8 y 11 años mediante un test para comprobar dichas actitudes. Los resultados muestran que las actitudes no son del todo positivas, especialmente en cuanto a aspectos como pensar que las personas con discapacidad deberían estar en colegios especiales o decir que no jugarían con ellas. Muestra, realmente, que los niños y niñas sí tienen prejuicios hacia las personas con discapacidad. Por ello, se propone una intervención en el aula de Educación Física para mejorar dichas actitudes a través de los deportes adaptados. Se ha diseñado y llevado a la práctica una unidad didáctica centrada en cuatro deportes adaptados diferentes, para conseguir que los alumnos se sensibilicen con las personas que los practican y mejoren sus actitudes respecto a este tipo de población.

Palabras clave: deporte adaptado, sensibilización, normalización, discapacidad e inclusión.

ABSTRACT

In this paper are discussed the attitudes towards persons with disabilities in a group of schoolchildren between 8 and 11 aged through a test in order to check these attitudes. The results show that the attitudes are not entirely positives, especially regarding some aspects like thinking that persons with disabilities should be in specials schools or not play with them as their thought. It shows that children have prejudices towards them. Therefore we propose an intervention in the physical education classroom in order to improve these attitudes through adapted sport. We designed and carry out a teaching unit focused on four different adapted sports, to ensure that students raise awareness with people who practice it. Finally we hope that they improve their attitudes regarding this kind of population.

Key words: adapted sports, sensitivity, standardization, disability and inclusion.

1. INTRODUCCIÓN

La discapacidad en las aulas es una realidad con la que nos podemos encontrar en nuestra labor como futuros docentes.

En este trabajo de fin de grado queremos conocer las actitudes del alumnado hacia las personas con discapacidad, para mejorar dichas actitudes hacia la población discapacitada, además de normalizar este tipo de condición en las aulas.

A partir de los resultados obtenidos se propondrá aplicar una intervención en el aula con una UD compuesta de 4 deportes adaptados que se llevará a cabo con el alumnado del CEIP Jaume I comprendidos entre los cursos de 3º, 4º y 5º de primaria, trabajando la sensibilización para mejorar las actitudes hacia las personas con cualquier tipo de discapacidad y hacia el deporte adaptado.

2. MARCO TEÓRICO

Para acostumbrarnos a utilizar bien el lenguaje y no discriminar a nadie por un mal uso de los conceptos es bueno distinguir de manera precisa entre tres términos que utilizamos habitualmente, a veces como si fueran equivalentes, pero que en realidad tienen significados diferentes: deficiencia, discapacidad y minusvalía.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1946) propone una terminología que resulta clave a la hora de tratar este tema:

1. Deficiencia:

“Es toda perdida o anomalía de una estructura, o función psicológica, fisiológica o anatómica.” Así, según la Clasificación Internacional de Disminución, Discapacidades y Minusvalías (CIDDM) y desde el punto de vista de la salud, *“una deficiencia es toda perdida o anormalidad de un órgano o de la función propia de éste (1980-83).*

2. Discapacidad:

“Es toda restricción o ausencia (debido a una deficiencia) de la capacidad de realizar una actividad de la forma, o dentro del margen, que se considera normal para un ser humano”. Para la OMS vendría a ser la consecuencia que la deficiencia produce en la persona.

3. Minusvalía:

“Es una situación de desventaja para un individuo determinado, de una deficiencia o de una discapacidad, que limita o impide el desarrollo de un rol que es normal en su caso, en función de la edad, sexo y factores culturales y sociales.”

La situación de desventaja a la que alude la OMS, se manifiesta en la relación entre la persona y su entorno.

2.1 Breve historia

El deporte adaptado ha seguido una gran evolución a lo largo del siglo pasado hasta la actualidad. Sus inicios se pueden situar tras la II Guerra Mundial, aunque años antes de ésta, se organizaban pequeños grupos de diferentes minusvalías para realizar deporte con carácter recreativo. Fue en 1944 cuando Sir Ludwig Guttmann introdujo las actividades deportivas, en el Hospital de Stoke Mandeville, como un complemento a la rehabilitación física de los lesionados medulares de la II Guerra Mundial.

Con el restablecimiento de la actividad física en estas personas se observó que el deporte crea actitudes que son indispensables para que este tipo de población pueda reintegrarse en la sociedad (Aquilino, 1998).

Aunque se constituyó algunos años antes el Comité Paralímpico Internacional (CPI), no asumió todos sus poderes y responsabilidades hasta la finalización de las Olimpiadas de Barcelona de 1992, pasando a ser la referencia internacional en los deportes de élite de las personas con discapacidad.

En la actualidad, los Juegos Paralímpicos son la mayor expresión a nivel internacional del deporte adaptado, ya que a medida que avanzan las ediciones, aumenta el número de participantes y pruebas, así como, la mejora de la organización (Pérez, 2014)

2.2 Actividad física adaptada

Según la revista International Federation on Adapted Physical Activity (IFAPA) (2004) en Hutzler y otros (2007, p. 4) la actividad física adaptada (AFA) se define como un área interdisciplinar de conocimientos que tiene su orientación hacia la identificación y solución de las diferencias individuales en la práctica de actividad física, realizando las adaptaciones que se consideren oportunas para satisfacer las necesidades de cada individuo.

Según DePauw y Doll Tepper (1989) se extrae que AFA es *“todo movimiento, actividad física y deporte en los que se pone especial énfasis en los intereses y capacidades de las personas con condiciones limitantes, como discapacidad, problemas de salud o personas mayores”*. A este respecto, en nuestro país la AFA se circunscribe casi en exclusiva a las personas con discapacidad y no respecto de otros estados o condiciones de salud como enfermedad crónica, envejecimiento o embarazo.

Por lo tanto, podemos entender AFA como un derecho para las personas discapacitadas para poder practicar actividad física y deporte, con las mismas oportunidades que el resto, con un objetivo muy claro: mejorar la calidad de vida de las personas discapacitadas por sus altos beneficios.

2.3 Deporte adaptado

Ya dentro del ámbito del deporte adaptado, incluido dentro de la AFA, su conceptualización y modalidades son mucho más concretas. En términos generales el deporte adaptado fue creado con el claro fin, que las personas con discapacidad pudieran practicar deporte, con características diferenciadas de los deportes normalizados. Centrándonos en su definición y citando a Reina (2010, p.43), se puede decir que el deporte adaptado es:

“Todas aquellas modalidades deportivas que se adaptan un colectivo de personas con algún tipo de discapacidad o condición especial, bien porque se han realizado una serie de adaptaciones y/o

modificaciones para facilitar la práctica de ese colectivo o porque la propia estructura del deporte permite su práctica.”

El deporte adaptado tiene rasgos característicos si es comparado con el deporte normalizado. Las principales características que encontramos son que dentro de cada modalidad deportiva se distinguen personas que presentan diferentes discapacidades convirtiéndose así en un deporte específico; donde existen también las adaptaciones a nivel de instalaciones, material, transporte y el número de jugadores que practican el deporte (Hernández, 2000; Reina, 2010).

Existen también deportes que se han configurado para las personas con discapacidad, además de las posibles adaptaciones en otras modalidades deportivas ya existentes. Hernández (2000, p.46) expone que *“no hay que olvidar que determinados deportes para personas con discapacidad tienen elementos específicos (...), deportes con identidad propia.”* Algunos ejemplos son: el goalball, para las personas invidentes; la boccia, para las personas que sufren parálisis cerebral o el hockey en pistas interiores, para las personas con disminución psíquica. Todos estos han sido creados exclusivamente para las personas discapacitadas.

Cabe decir que tanto el deporte adaptado como la AFA, tienen como principal objetivo la inclusión y la participación de las personas con discapacidad en la práctica deportiva y en las actividades físicas, ya que es una forma de que puedan mejorar su calidad de vida y con ello su salud y bienestar social.

2.3.1 Efectos del deporte adaptado. Nivel social, psicológico y físico

Si la práctica de actividad física y deporte repercute de forma beneficiosa en las personas sin discapacidad; cabe decir que esta práctica tendrá más efectos beneficiosos para las personas con discapacidad, que les podrán producir mejoras en su calidad de vida. Estos efectos beneficiosos los podemos entender en tres niveles físico, social y psicológico, cada uno clave en la mejora de la calidad de vida mencionada anteriormente y que se detallan a continuación (Lisbona, 2006).

La práctica de actividad física y deporte adaptado tiene numerosas formas de incidir positivamente sobre las relaciones de las personas con discapacidad con su entorno más cercano, ya que, facilita la inclusión e integración desarrollando de manera positiva su normalización dentro de un colectivo de personas ya sea de iguales o no.

Como expone en su estudio la National Mental Health Association, citada en Doll-Tepper (1994, p. 21) las personas con discapacidades tienen un estilo de vida mucho más reducido que una persona no discapacitada, además también expone que *“participan muy de vez en cuando en las actividades sociales y se sienten menos satisfechos con la vida”*. Por esta razón, la importancia de

normalizar la inclusión de las personas con discapacidad dentro del ámbito deportivo y de la escuela.

Gutiérrez y Caus (2006, p. 55) expone que “deberían promoverse grupos de participación heterogénea con expectativas realistas para cada uno, lo cual incrementaría la autoestima y la percepción de competencia”. Es decir, estos autores promueven que la práctica deportiva de personas con discapacidad y sin discapacidad, analizando y evaluando cada individuo, para poder alcanzar niveles de inclusión social altos; así como mejorar la concepción que tienen las personas con discapacidad de sí mismas.

2.3.2 Tipos de deportes adaptados según distintas discapacidades

A continuación, en la tabla 1, podemos observar todos los deportes que constituyen unos Juegos Paralímpicos:

Tabla 1. Deportes Paralímpicos.

DEPORTES PARALÍMPICOS									
Esquí Alpino		Tiro con Arco		Atletismo		Bádminton		Biatlón	<u>Boccia</u>
Esquí de fondo		Ciclismo		Canoa		Hípica		<u>Fútbol 5</u>	Fútbol 7
<u>Goalball</u>		Hockey sobre hielo		Judo		Halterofilia		Remo	Vela
Tiro Paralímpico		<u>Voleibol</u>		Natación		Tenis de mesa		Triatlón	Baloncesto en silla de ruedas
Curling en silla de ruedas		Danza en silla de ruedas		Esgrima en silla de ruedas		Rugby en silla de ruedas		Tenis en silla de ruedas	

Fuente: Elaboración propia, extraído de:IPC, 2015b.

En la tabla anterior se muestran todos los deportes paralímpicos que hay en la actualidad, pero en este trabajo y más concretamente en nuestro proyecto haremos mayor hincapié en los 4 deportes elegidos (marcados en negrita y subrayados), con los cuales pretendemos que nuestros alumnos adquieran mayor sensibilidad hacia los deportes paralímpicos y hacia las personas con discapacidad.

2.3.3 Deportes adaptados a trabajar en el aula

1. VOLEIBOL SENTADO.

Esta disciplina a diferencia del Voleibol, tiene como limitación el uso de las extremidades inferiores, de ahí la nomenclatura “Voleibol Sentado”. Es un deporte en el cual la única adaptación ha sido la altura de la red ya que el resto de normas y el modo de jugar es igual. Existen dos tipos de nomenclatura para diferenciar a los deportistas que practican este deporte:

- con una discapacidad mínima (MD)
- menos capaces físicamente (D)

2. FÚTBOL 5

Los ciegos y deficientes visuales, compiten en dos categorías diferentes, existiendo grandes diferencias entre ambas.

Los jugadores deficientes visuales (B2/B3), no necesitan apenas adaptaciones para poder competir. Estas adaptaciones van principalmente encaminadas a conseguir contraste entre el color del balón y el suelo, de la portería y el fondo y una iluminación de igual intensidad durante los 40 minutos de juego real que dura el partido.

Por otra parte los jugadores ciegos (B1), han necesitado mayor número de adaptaciones, pero gracias a ellas y su reglamento lo han hecho un deporte seguro y viable.

3. GOALBALL

El Goalball es el único deporte paralímpico creado específicamente para personas ciegas y deficientes visuales, en el que participan dos equipos de tres jugadores cada uno. Se basa principalmente en el sentido auditivo para detectar la trayectoria de la pelota en juego (que lleva cascabeles en su interior) y requiere, además, una gran capacidad espacial para saber estar situado en cada momento en el lugar más apropiado, con el objetivo de interceptar o lanzar la pelota. Cabe decir que todos los jugadores llevan antifaces opacos para igualar la visibilidad de todos los participantes.

4. BOCCIA

La boccia, es una compleja combinación de táctica y habilidad. Se practica de forma individual, por parejas o equipos, sobre una pista rectangular en la que los jugadores tratan de lanzar sus

bolas lo más cerca posible de la pelota blanca que sirve de objetivo, a la vez que intentan alejar las de sus rivales, en un ejercicio continuo de tensión y precisión.

El deporte de la boccia lo practican personas en silla de ruedas que tienen parálisis cerebral o discapacidad física severa, y que se colocan en uno de los extremos del campo, desde donde lanzan las bolas. La competición se estructura por clases de discapacidad: la BC1 corresponde a deportistas que lanzan con manos o pies y precisan ayuda de un asistente; los de la BC2 son aquéllos que pueden lanzar sin ayuda; la BC3 precisa asistencia y realiza los lanzamientos a través de una canaleta; todos ellos tienen parálisis cerebral. La categoría BC4 engloba a los deportistas con discapacidad física grave.

2.4 Inclusión en las aulas de educación física

Una vez llegados al último epígrafe del marco teórico, se intenta visualizar todos los conceptos anteriormente comentados en el ámbito educativo y más concretamente en el aula de educación física, la cual tiene un gran potencial para el estímulo motriz del alumnado ya tenga o no algún tipo de discapacidad, disfrutando de los beneficios sociales que el deporte puede aportarles en las sesiones de educación física.

Los docentes deben disponer de herramientas y metodologías para que todos los alumnos alcancen los objetivos mínimos que requiere cada etapa. De esta manera, desarrollarán habilidades sociales y personales, que nos ayudarán a conseguir el objetivo que pretende este trabajo, que es el de normalizar las actitudes del alumnado frente a las personas discapacitadas.

Para iniciar la argumentación aportaremos una definición de inclusión de Linares (2000) citado en Hernández et al. (2012), donde expone:

“La experiencia inclusiva debe ser algo más que la suma de diferentes situaciones e intenciones educativas. La inclusión ha de surgir de la sinergia entre la normalización y la inclusión. Es decir, si entendemos la normalización como los parámetros dentro de los que se enclava la mayoría de las personas y la integración, como el ajuste de determinadas personas a los parámetros mencionados, entonces la inclusión sería la flexibilización de dichos parámetros tal que permitan incluir a toda la diversidad del grupo, teniendo todos ellos la percepción y asunción de pertenecer al mismo, sin exclusión de ninguno de sus miembros, tanto física, cognitiva o emocionalmente”.

Entendiendo como inclusión esta definición podemos decir que para que exista esa sinergia comentada en la cita anterior es necesaria una colaboración, también llamada interacción educativa, entre centros educativos, entre profesores y alumnos, entre las familias y el centro,

entre el centro y el entorno, etc. Diversas formas de interacción que crean grupos y colectivos inclusivos donde todas las personas forman parte de él (Hernández et al., 2012).

Un tipo de recurso humano es el profesor o profesora asistente, el cual es un maestro generalista que ayuda al alumnado con discapacidad durante el curso académico. Este docente es de gran ayuda para el profesorado especialista en la materia y para el alumnado; incluso en algunos estudios se mantiene que con la intervención de ambos profesores más el alumno tutor, como resultado se logra la participación total del alumnado, la única limitación es que el docente asistente no conoce la materia de Educación Física (Hernández et al., 2012). Existe también el refuerzo de una persona especialista en Educación Física Adaptada ya que las mejoras a todos los niveles del aula (alumnos y alumnas, profesores y profesoras) son incuestionables.

Otro factor que es inherente a la inclusión educativa es el currículum, ya que éste debe ser flexible, debe permitir modificaciones en las sesiones para que los estudiantes puedan seguir las y adquirir así todos los objetivos y contenidos que propone la ley mediante el proceso inclusivo de cada sesión. Para conseguirlo Hernández et al. (2012) comenta que es necesario que los docentes tengan una buena formación y *“den las oportunidades para elaborar un currículum flexible, cambios en las sesiones, diversidad de material, diferentes equipamientos y actividades que se adapten a los estudiantes en cada curso y nivel.”*

También como factor influyente cabe destacar la actitud del profesorado hacia los alumnos con discapacidad, los cuales tienen grandes experiencias y un gran número de ellos obtienen sus resultados prácticos mediante ensayo-error. Según se extrae de Hernández et al. (2012) el profesorado que ha podido experimentar un periodo de prácticas con este tipo de alumnado presenta un abanico de estrategias más amplio para poder intervenir en la inclusión y en definitiva en mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje .

A modo de resumen podemos decir que la inclusión educativa debe ser un modelo de convivencia, ya no sólo educativo sino que debe ser un modelo social, en el cual todo tipo de poblaciones estén inmersas. Hay que añadir que la inclusión en la educación debe ser un proceso de mejora continua de sus factores, con unos docentes más formados, un currículo que favorezca la flexibilidad y la interacción social no la competición y la comparación e intentar modificar algunas actitudes de profesores y alumnos hacia las personas con discapacidad.

3. OBJETIVOS

Los objetivos de los cuales ha nacido el trabajo y su investigación son:

- Analizar las actitudes del alumnado de primaria del CEIP Jaume I mediante un test de actitudes hacia las personas con discapacidad.
- Diseñar y aplicar un proyecto de intervención con el fin de mejorar las actitudes de los alumnos del CEIP Jaume I sobre las personas con discapacidad y, además, afianzar las que ya sean positivas con el fin de normalizar esta condición en las aulas de primaria.

4. METODOLOGÍA

Como se ha comentado en los objetivos, nuestro propósito final es obtener una mejora de las actitudes del alumnado de primaria hacia las personas con discapacidad.

Por ello, ante los estudios que expresan que las actitudes hacia los alumnos con discapacidad tienen consecuencias en la integración social y por lo tanto repercuten en el desarrollo académico, personal y cognitivo de los mismos, se antoja esencial este factor a nivel de inclusión en las aulas. Como argumenta Moreno, Ortiz, Sage, y Aguilera-Jiménez (2006), en un futuro los alumnos no discapacitados “serán aquellos profesionales que velarán por la rehabilitación del colectivo discapacitado, por su integración social y laboral, en definitiva, para satisfacer sus necesidades especiales”.

4.1 Muestra

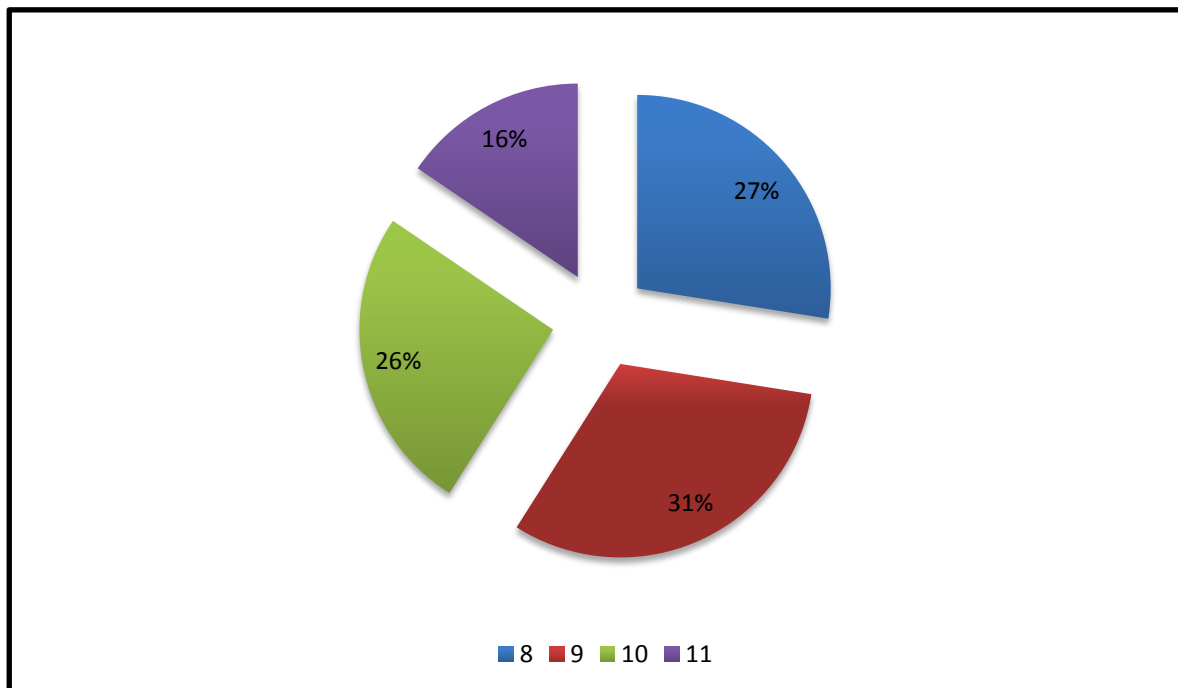
Han sido evaluados 102 estudiantes de primaria del CEIP Jaime I durante el tercer trimestre del curso 2015/2016. En la Tabla 2 se muestra la distribución por cursos de la muestra analizada:

Tabla 2. Número de alumnos por curso.

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	3º	40	39,2
	4º	37	36,3
	5º	25	24,5
	Total	102	100,0

Según la distribución de género la muestra resultó ser un 56% de niños y un 44% de niñas. La edad de los sujetos comprende de los 8 a los 11 años, como se ve en el Gráfico 1.

Gráfico 1. Distribución de la muestra por edades



4.2 Instrumento utilizado

Se trata de una escala de evaluación de actitudes “Escala de actitudes hacia las personas con discapacidad. FORMA G” (Verdugo, Arias y Jenaro, 1994) (véase anexo 1) ante personas con cualquier tipo de discapacidad formada por 37 ítems. Este instrumento lo hemos modificado de forma que las respuestas de estos 37 ítems sean sí o no, para ello hemos diferenciado entre en respuestas positivas y respuestas negativas:

- Respuestas positivas (ítem 3, 9, 11, 12, 13, 14, 16, 19, 20, 21, 22, 27, 30, 32, 33, 36)
- Respuestas negativas (ítem 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 15, 17, 18, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 31, 34, 35, 37)

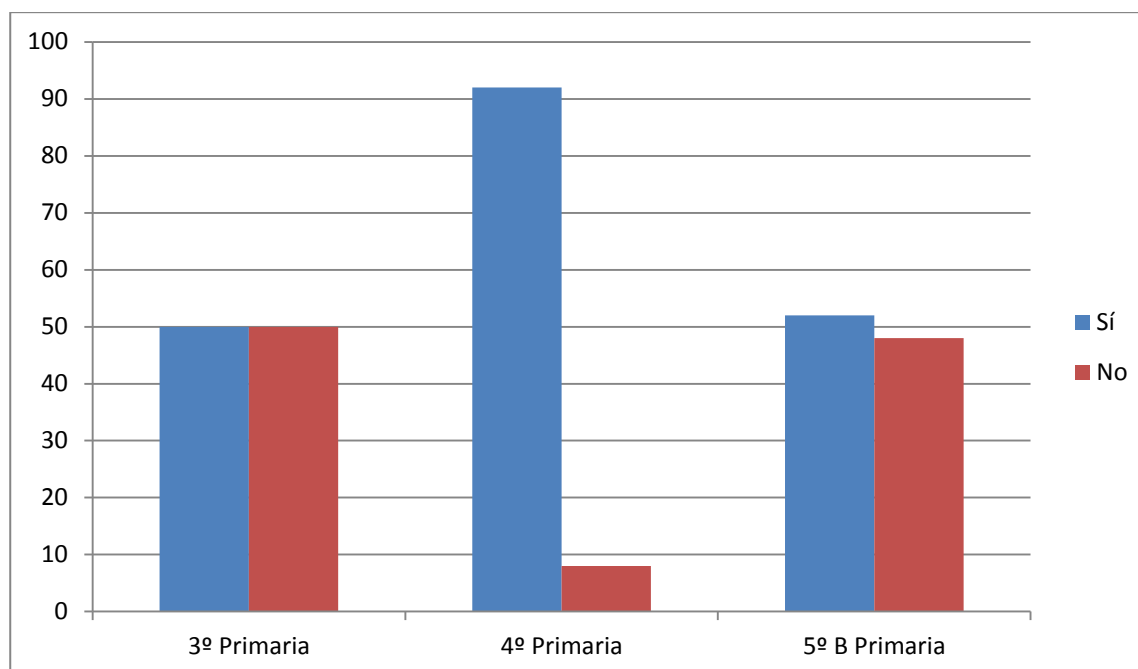
Entendemos por respuestas positivas las que son contestadas por un “sí” y muestran una actitud de comprensión y acercamiento hacia las personas con discapacidad. Por otro lado, entendemos por respuestas negativas las que son contestadas por un “sí” y muestran una actitud distante y no comprensiva hacia las personas con discapacidad.

Además de los ítems citados la escala recoge información acerca de la edad, sexo y curso en el que se encuentra el alumnado. Por otra parte, incluye preguntas que hacen referencia al contacto que tiene el encuestado con personas discapacitadas y en caso afirmativo la razón del mismo y el tipo de discapacidad al que se refiere.

5. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En el Gráfico 2 se muestran los resultados de los alumnos que tienen contacto con personas con discapacidad entre los cursos encuestados.

Gráfico 2. Porcentaje de alumnado en contacto con personas con discapacidad



Como se puede observar, los cursos de 3º y 5º, el porcentaje de contacto con una persona con discapacidad es muy similar al que no tiene ningún tipo de contacto. En cambio, en 4º de Primaria hay una diferencia notable, ya que en una de estas clases se encuentra un alumno con síndrome de Asperger por lo que pensamos que muchos de estos han contestado este test pensando en su compañero.

Tabla 3. Descriptivos del cuestionario

Media	27
DT	±4.6
Mínimo	12
Máximo	36

DT = Desviación Típica

En la Tabla 3, podemos ver que la media de respuestas positivas obtenida es de 27 (de 37). Esto supone un 72, 97% de respuestas positivas. El mínimo de respuestas positivas obtenidas en los test es de 12, un 32,43%, que corresponde a un niño de 3º sin contacto con personas discapacitadas. En cambio, el máximo de respuestas positivas obtenidas, corresponde a una niña de 5º con contacto, con un total de 36, un 97,30%.

Tabla 4. Media de respuestas positivas por curso y género

CURSO	TODOS	CHICOS	CHICAS
3º	26	24	28
4º	27	26	28
5º	28	27	29

En la tabla 4, se puede observar a simple vista que a medida que la edad avanza, aunque la diferencia es muy poca, la media de respuestas positivas aumenta. Por otra parte, en cuanto a género, a los chicos les ocurre lo mismo. A medida que avanza la edad la media también aumenta. En cambio, las chicas parece que se mantienen más estables.

Un dato significativo que se puede observar, es que las chicas siempre obtienen mejores resultados positivos que los chicos. Parece ser que el hecho de ser chica es más relevante a la hora de sensibilizarse con las personas con discapacidad. Como se puede apreciar, las chicas de 3º obtienen mejores resultados positivos que los chicos de 5º. Un 75,67% frente a un 72,97%, respectivamente. Por lo que el género femenino es un factor a destacar, independientemente de la edad que tengan.

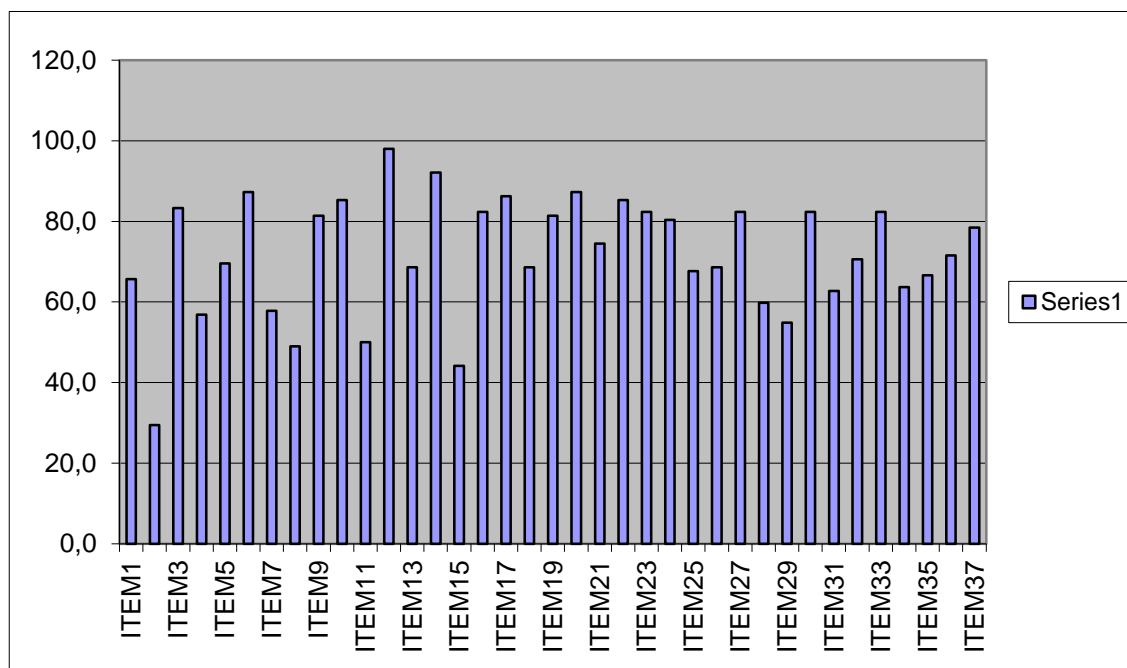
Tabla 5. Media de respuestas positivas por tener o no contacto con personas discapacitadas y género

CONTACTO	TODOS	CHICOS	CHICAS
SI	27	26	28
NO	25	24	27

Por otra parte, en la Tabla 5, se puede apreciar que el hecho de tener contacto también es relevante a la hora de sensibilizarse con las personas con discapacidad. El alumnado que tiene contacto con personas con discapacidad obtiene un 72,97% de respuestas positivas frente al 67,56% de los que no tienen ningún tipo de contacto. Ocurre lo mismo en chicos y en chicas.

Además, también se puede corroborar el dato anterior, dicho en la Tabla 4, ya que las chicas continúan mostrando mayor sensibilización respecto a los chicos, incluso sin tener contacto con personas con discapacidad. Las chicas que no tienen ningún tipo de contacto obtienen un 72,97% de respuestas positivas. En cambio, en el caso de los chicos que sí tienen contacto el porcentaje de respuestas positivas es de 70,27%

Gráfico 3. Ítems del cuestionario mejor/peor valorados



Finalmente, a través del Gráfico 3, comprobaremos cuales son los ítems mejor y peor valorados. Como se puede observar, el Ítem nº 12 (Las personas con discapacidad deberían poder divertirse con las demás personas) es el mejor valorado con el 98% de respuestas positivas. Los otros dos ítems mejor valorados que cabe destacar son el nº 14 (Las personas con discapacidad deberían poder casarse si lo desean) con el 92,2% de respuestas positivas y el nº 20 (Generalmente, las personas con discapacidad son sociables) con el 87,3%.


Por otra parte, entre los ítems peor valorados, podemos observar el que ha obtenido una puntuación más alta de respuestas negativas. Este es el Ítem nº 2 (Un trabajo sencillo y repetitivo es más aconsejable para las personas con discapacidad) obteniendo un 70,6% de estas. Esto quiere decir que solo un 29,4% del alumnado ha contestado positivo, por lo que resulta bastante alarmante.

Otros ítems con resultados preocupantes son el ítem nº 8 (De las personas con discapacidad no se puede esperar nada a cambio), el nº 11 (No me importaría jugar o salir a la calle con personas con discapacidad) y el nº 15 (Las personas con discapacidad deberían estar en colegios especiales). Estos han obtenido valoraciones negativas igual o superiores al 50%. También resulta bastante alarmante, y más, por el tipo de cuestión que plantea cada ítem. Muestra, realmente, que los niños y niñas sí tienen prejuicios hacia las personas con discapacidad.

6. INTERVENCIÓN DIDÁCTICA

6.1 VOLEIBOL SENTADO

Explicación de las sesiones	
<u>SESIÓN 1</u>	Explicación del desarrollo de la Unidad Didáctica, donde se practicará el voleibol sentado. En esta disciplina paralímpica pueden participar deportistas con diferentes discapacidades; pero en el partido ninguno puede mover las extremidades inferiores voluntariamente. Se explicará a los alumnos como deben moverse por la pista y se propondrán actividades de familiarización con el deporte. Además se realizarán juegos reducidos de voleibol sentado para que los alumnos experimenten las sensaciones de practicar un deporte colectivo adaptado.
<u>SESIÓN 2</u>	En la última sesión, se realizará una progresión hacia el partido “real” de unas paralimpiadas, con algunas modificaciones.

Recursos materiales	
<u>MATERIALES</u>	<u>IMAGEN</u>
<ul style="list-style-type: none">• Balones de voleibol.• Balones de playa.• Balones de goma espuma.• Aros y red.	

SESIÓN 1: Introducción al voleibol sentado Nº DE ALUMNOS: 25	
PARTE	TIEMPO
<u>INTRODUCCIÓN/CALENTAMIENTO</u>	
<u>Explicación:</u> Se introducirá la U.D y los tipos de discapacidades que se van a desarrollar, así como, también se explicará la dinámica de las sesiones. <u>Calentamiento:</u> Los alumnos se colocan en parejas sentados, con un balón de playa, y deben realizar pases por el aire. Cuando se adquiera mayor habilidad se irá aumentando la distancia entre los alumnos.	10' 10'
<u>PARTE PRINCIPAL</u>	
<u>Actividad 1:</u> se forman 4 equipos de 7 alumnos cada uno, cada alumno con un balón de goma espuma. Se colocan aros por la pista a una distancia de 5 metros (1 punto), 10 metros (2 puntos) y 15 metros (3 puntos), los alumnos deben lanzar los balones para meterlos en los aros. Cuando acabe el tiempo el alumno que más puntos haya conseguido será el ganador <u>Actividad 2:</u> Bombas fuera. Con la misma distribución de grupos, se organizaran dos partidos simultáneos de achicar balones. Cada equipo tendrá siete balones (uno por alumno) y en la señal de inicio deberán lanzar al campo contrario los balones que tengan inicialmente como los que el otro equipo les lance. Al finalizar los 3 minutos que dura cada partido se contabilizaran los balones en cada campo, el equipo que tenga	10' 10' 10'

<p>menos será el ganador. Todos los equipos jugaran contra el resto.</p> <p><u>Actividad 3:</u> 1X2</p> <p>Con los mismos grupos, cada uno se situará por el espacio con un balón de playa y jugarán a 1X2. El golpeo 1 será, el saque, el X el toque de dedos y el 2 el remate. El alumno que atrape el mayor número de balones después del golpeo “2” será el ganador.</p>	
<u>VUELTA A LA CALMA</u>	
<p>Reflexión grupal en la que expresen sus opiniones sobre si habían visto alguna vez algún partido de este tipo. Los alumnos deberán anotar sus principales vivencias en un hoja, para al finalizar la U.D realizar la reflexión.</p>	10'

<p>SESIÓN 2: Progresión hacia los partidos de voleibol sentados.</p> <p>Nº DE ALUMNOS: 25</p>	
PARTE	TIEMPO
<u>INTRODUCCIÓN/CALENTAMIENTO</u>	
<p><u>Calentamiento:</u></p> <p>Se forman 4 grupos de 7 alumnos cada uno. Un alumno asume el rol de capitán y el resto de compañeros forma un semicírculo a su alrededor. El capitán deberá ir pasado el balón de goma espuma a cada uno de sus compañeros y éstos deberán devolvérselo. Cuando el balón haya pasado por todos los alumnos, cambia el capitán. Todos los alumnos deben asumir el rol del capitán.</p>	10'
<u>PARTE PRINCIPAL</u>	

<p><u>Actividad 1:</u></p> <p>Se inicia la sesión con partidos de 4 contra 4 donde los alumnos experimenten las limitaciones de los deportistas paralímpicos. Las reglas serán las mismas que en el voleibol normal. Ganará el equipo que mayor número de puntos haga en el tiempo establecido. Las normas serán:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los desplazamientos se harán únicamente utilizando los brazos. En ningún caso se emplearán las piernas. • Los alumnos se colocarán en el campo de juego, sentados en el suelo. • Se deben hacer tres toques por equipos antes de pasar el balón al campo contrario. 	10'
<p><u>Actividad 2:</u></p> <p>Se forman 4 grupos de 7 alumnos cada uno. Jugaran partidos entre todos los equipos con las reglas básicas son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los desplazamientos se harán únicamente utilizando los brazos. En ningún caso se emplearán las piernas. • Los alumnos se colocarán en el campo de juego, sentados en el suelo. • Se deben hacer tres toques por equipos antes de pasar el balón al campo contrario. • La red se colocará a un metro de altura. <p>Cada partido tendrá una duración de 10 minutos y todos los equipos jugaran entre ellos, por lo que jugaran 3 partidos.</p>	30'
<p><u>VUELTA A LA CALMA</u></p>	
<p>Reflexión grupal en la que expresen sus opiniones sobre si habían visto alguna vez algún partido de este tipo. También deberán</p>	10'

comentar la experiencia vivida. Explicar el trabajo de reflexión crítica a realizar en casa.	
--	--

7. CONCLUSIONES

En primer lugar, por lo que se refiere a los resultados que se extraen de las búsquedas bibliográficas y la lectura de los artículos, podemos decir que la actividad física y el deporte adaptado, son esenciales para las personas con discapacidad, ya no sólo en su aspecto motriz, sino también en el lado humano y personal. Este tipo de actividades fomenta en la persona discapacitada actitudes nuevas como las de pertenencia a un grupo, la amistad, etc. que son imprescindibles en su desarrollo.

En esta misma línea se sitúa la inclusión y normalización de esta población dentro de las aulas en los centros escolares. Los docentes tenemos una misión importantísima y es la de educar a nuestros alumnos para que no se reproduzcan errores cometidos anteriormente, como la discriminación o la segregación. Debemos formar alumnos que convivan en sociedad y tengan la capacidad de empatizar con el ser humano que convive a su lado, tratándolos a todos por igual independientemente de las limitaciones que puedan tener.

El estudio realizado nos ha ofrecido diversas conclusiones. De este se puede extraer que el mayor rechazo o no aceptación hacia personas con discapacidad corresponde a chicos, de menor curso y "sin contacto". Pero, a medida que la edad avanza, las actitudes de los alumnos y alumnas tienen un aspecto más positivo. Esto puede ser debido a que conforme pasan de curso van tomando más consciencia del mundo que los rodea y empatizan más con las personas en general, ya sean discapacitadas o no.

Respecto a la influencia de tener contacto o no con personas con discapacidad, es un factor que también influye en los resultados. El alumnado con contacto tiende a obtener mejores resultados sobre los que no lo tienen. Ocurre tanto en chicos como en chicas. Este es un dato destacable, ya que el hecho de tener contacto ayuda a sensibilizar más al alumnado.

Por otra parte, donde se han obtenido resultados más significativos ha sido al diferenciar entre las actitudes de los chicos y las chicas. Estas últimas muestran, en todos los cursos, un grado de sensibilización un poco mayor que el de los chicos, incluso siendo de cursos inferiores a 5º y no teniendo contacto. Esto nos ha llevado a la conclusión que el hecho de ser chica tiene mucha más relevancia, independientemente de la edad o del hecho de tener contacto o no con personas discapacitadas.

La valoración de los ítems del test también es un aspecto a destacar. De aquí hemos observado que los alumnos, realmente, tienen prejuicios frente a las personas con discapacidad. Posiblemente sea por la falta de información que poseen sobre este tema o, incluso por el hecho de encontrarlas diferentes a ellos. Por tanto, es importante conocer todos los ítems tratados, para así poder incidir más en ellos, ya que a la hora de ponerlos en práctica en la propuesta de

intervención nos ayudará a mejorar la sensibilización del alumnado respecto a la discapacidad y así conseguir normalizar esta condición, en menor o mayor medida, dentro de las aulas.

La puesta en práctica de la unidad didáctica ha sido bastante favorable y provechosa. En general, todo el alumnado ha participado en todos los deportes adaptados y se ha puesto en la piel de las personas discapacitadas. Al principio les ha resultado un poco extraño el hecho de realizar deportes conocidos, como por ejemplo el voleibol, de una manera diferente. Pero, sobre todo les ha impresionado jugar a deportes creados especialmente para personas con discapacidad, como el goalball. En este último, muchos han sentido miedo e inseguridad. Pero, a medida que pasaban las sesiones cada vez se han ido sintiendo más cómodos, incluso les hemos visto disfrutar realizándolo.

Al finalizar cada sesión comentábamos con ellos las sensaciones que habían tenido y las dificultades que les había provocado la práctica. Esta era nuestra manera de concienciarlos en el mundo de la discapacidad, como también de observar y evaluar si mejoraban sus actitudes.

Como hemos podido observar, esta intervención didáctica ha ayudado a sensibilizar a gran parte del alumnado. Tanto ellos como ellas han experimentado que las personas con discapacidad no son tan distintas a ellos y ellas, ya que lo han podido vivir en sus carnes. Gracias a la intervención han conseguido empatizar más con ellos y esto ha generado una mejora en su visión sobre la discapacidad.

Finalmente, como última conclusión, creemos que todo esto nos lleva a la necesidad de aplicar programas de mejora de actitudes en cursos más bajos y sobre todo dirigidos a chicos. Aunque creemos que les haría falta a todo el alumnado, pues la media de respuestas positivas de todos los test es 27 (de 37), lo que indica que de media hay un 27% de respuestas de rechazo, por lo que opinamos que es bastante elevado.

8. PUNTOS FUERTES Y DEBILIDADES

Puntos fuertes:

- Pensamos que la discapacidad es un tema poco trabajado en las aulas, y gracias a este trabajo hemos observado la importancia de introducirlo en edades más tempranas a las que habitualmente se trabaja.
- El hecho de conocer las actitudes del alumnado frente a las personas con discapacidad nos ha ayudado mucho para diseñar nuestra propuesta de intervención.
- Creemos que la propuesta de intervención que hemos diseñado es novedosa.

Debilidades:

- El cuestionario de evaluación de las actitudes se hubiera podido modificar y adaptar un poco más, ya que algunas cuestiones causaban confusión en el alumnado.
- No haber dispuesto de más tiempo en las prácticas para haber realizado un post-test y ver si, realmente, han mejorado sus actitudes. Aunque por observación directa hemos visto una actitud más positiva en gran parte del alumnado.

9. BIBLIOGRAFIA

1. Aquilino Samanes, J. J. (1998). Deportes adaptados. *Archivos de Medicina Del Deporte*, 15(66), 323–334.
2. Blanco, A. & Huguet, D. (2013). Actividad de goalball. Recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de educación física a través del deporte. Integración. Revista sobre discapacidad visual.
3. CPE. (2015). Página Oficial del Comité Paralímpico Español (CPE). Retrieved from http://www.paralimpicos.es/publicacion/10SC_areadep/220SS_deppar.asp
4. CPISRA. (2014). CPISRA 7-a-side Football. Rules & Regulations for CPISRA Sanctioned Tournaments and Amendments to the FIFA Laws of the Game. Retrieved from http://www.paralimpicos.es/publicacion/ficheros/FB7%20Rules-January-1st-2014_2ss.pdf
5. Doll-Tepper, G. (1994). Deporte adaptado. Perspectiva social. *Apunts: Educación Física Y Deportes*, (38), 21–25.
6. Gutiérrez Sanmartín, M., & Caus i Pertegáz, N. (2006). Análisis de los motivos para la participación en actividades físicas de personas con y sin discapacidad.(Analysis of participation incentives in physical activities among people with and without disabilities). *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias Del Deporte*. Doi: 10.5232/ricyde, 2(2), 49–64.
7. Hernández Vázquez, J. (2000). El deporte para atender la diversidad: deporte adaptado y deporte inclusivo. *Apunts: Educación Física Y Deportes*, 60, 46–53.
8. Hernández Vázquez, F. J., Ródenas Bofill, A., & Niort, J. (2012). *Inclusión en Educación Física*. Barcelona: INDE.
9. Hutzler, Y., Sherrill, C., & others. (2007). Defining adapted physical activity: International perspectives. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 24(1), 1.
10. IPC. (2015a). International Paralympic Committee. Introduction to IPC Classifications. Retrieved from <http://www.paralympic.org/classification>
11. IPC. (2015b). International Paralympic Committee. Sports. Retrieved from <http://www.paralympic.org/sports>
12. Linares L, P. (2000). Educación Física y necesidades educativas especiales: posibilidades y limitaciones. *Apunts: Educación Física Y Deportes*, 60, 13–19.

13. Lisbona, A. (2006). Hacia un modelo en la práctica del deporte adaptado (deporte adaptado e integración). *RES: Revista de Educación Social*, (5), 15.
14. Moreno, J. F., Ortiz, I. R. R., Sage, D. S., & Aguilera-Jiménez, A. (2006). Actitudes ante la discapacidad en el alumnado universitario matriculado en materias afines. *Revista Iberoamericana de Educación*, 40(5), 12.
15. Otero Jiménez, A., & Rebollo Martínez, J. (1999). *Educación Física y deportes adaptados*. Córdoba: Diputación de Córdoba.
16. OMS (1946). El concepto de minusvalía según la Organización Mundial de la Salud. <http://goo.gl/NnPQsB>
17. Pérez Tejero, J., Reina Vaíllo, R., & Sanz Rivas, D. (2012). La Actividad Física Adaptada para personas con discapacidad en España: perspectivas científicas y de aplicación actual.(Adapted Physical Activity for people with disability in Spain: scientific perspectives and current issues). *CCD. Cultura, Ciencia Y Deporte*, 7(21), 213–224. <http://doi.org/10.12800/ccd>
18. Pérez Tejero, J. (2003). La investigación en ciencias del deporte aplicadas al deporte adaptado. In J.O Martínez (Libro de actas de la Conferencia Internacional sobre Deporte Adaptado, pp. 229–243). Málaga: Instituto Andaluz del Deporte.
19. Reina Vaíllo, R. (2010). *La actividad física y deporte adaptado ante el espacio europeo de enseñanza superior*. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva.
20. Sanmartín, M. G. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de Educación*, (335), 105–126.
21. Tweedy, S. M., & Vanlandewijck, Y. C. (2011). International Paralympic Committee position stand--background and scientific principles of classification in Paralympic sport. *British Journal Of Sports Medicine*, 45(4), 259–269. <http://doi.org/10.1136/bjism.2009.065060>
22. Verdugo, M. A., Arias, B., & Jenaro, C. (1994). *Actitudes hacia las personas con minusvalía*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales, Instituto Nacional de Servicios Sociales.
23. WOVD. (2011). Official Sitting Volleyball Rules. Retrieved from <http://www.paralimpicos.es/publicacion/ficheros/VOLEY%20RULES%202011.pdf>

10. ANEXOS

10.1 Anexo 1: Test de actitudes hacia las personas con discapacidad:

Edad _____ Fecha _____

Sexo Masculino / Femenino Curso _____

¿Tienes algún tipo de contacto con personas con discapacidad? Si___ No___

En caso afirmativo señale por favor: (Marca con una X)

a) Razón del contacto : _____ Familiar
_____ Amistad
_____ Colegio
_____ Otras razones

b) Frecuencia del contacto: _____ Casi permanente
_____ Habitual
_____ Frecuente
_____ Esporádico

c) Tipo de discapacidad: _____ Física
_____ Auditiva
_____ Visual
_____ Retraso mental
_____ Múltiple

Instrucciones:

En la encuesta que presentamos a continuación se utiliza el término de personas con Discapacidad para referirnos de manera general a todas aquellas personas que presentan alguna deficiencia, discapacidad o minúsvaia.

Su tarea consiste en opinar si está de acuerdo o no con cada una de las frases que se le van a presentar, teniendo en cuenta que:

1. No existen respuestas buenas o malas, cada opción indica simplemente una diferente forma de pensar.

2. Procure contestar a todas las frases, incluso a aquellas que no se ajusten a sus circunstancias concretas.
3. Lea con atención cada frase, pero no se detenga demasiado en señalar su respuesta.
4. Conteste con sinceridad. El cuestionario es totalmente confidencial y anónimo.

Señale con una X las opciones Sí o No.

Gracias por su colaboración.

1- Las personas con discapacidad con frecuencia son menos inteligentes que las demás personas.	Sí___	No___
2- Un trabajo sencillo y repetitivo es más aconsejable para las personas con discapacidad.	Sí___	No___
3- Invitarías a tu cumpleaños a un niño con discapacidad.	Sí___	No___
4- En el colegio, una persona con discapacidad solo es capaz de seguir instrucciones sencillas.	Sí___	No___
5- No me gusta estar cerca de personas que parecen diferentes o actúan de forma diferente.	Sí___	No___
6- Las personas con discapacidad deberían vivir con personas con el mismo problema.	Sí___	No___
7- Las personas con discapacidad se comportan, en muchos aspectos, igual que los niños.	Sí___	No___
8- De las personas con discapacidad no se puede esperar nada a cambio.	Sí___	No___
9- Las personas con discapacidad deberían de tener las mismas oportunidades de encontrar trabajo que cualquier otra persona.	Sí___	No___
10- Las personas con discapacidad deberían mantenerse apartadas de la sociedad.	Sí___	No___

11- No me importaría jugar o salir a la calle con personas con discapacidad.	Sí___	No___
12- Las personas con discapacidad deberían poder divertirse con las demás personas.	Sí___	No___
13- Las personas con discapacidad tienen una personalidad tan normal como cualquier otra persona.	Sí___	No___
14- Las personas con discapacidad deberían poder casarse si lo desean.	Sí___	No___
15- Las personas con discapacidad deberían estar en colegios especiales.	Sí___	No___
16- Muchas personas con discapacidad pueden ser buenos profesionales en cualquier empleo.	Sí___	No___
17- A las personas con discapacidad se les debería impedir votar.	Sí___	No___
18- Las personas con discapacidad a menudo están de mal humor.	Sí___	No___
19- Las personas con discapacidad confían en si mismas tanto como las personas normales.	Sí___	No___
20- Generalmente, las personas con discapacidad son sociables.	Sí___	No___
21- En el colegio, las personas con discapacidad se relacionan sin problemas con el resto de los compañeros.	Sí___	No___
22- Sería apropiado que las personas con discapacidad trabajaran y vivieran con personas normales.	Sí___	No___
23- A las personas con discapacidad se les deberían prohibir pedir créditos y préstamos.	Sí___	No___
24- Las personas con discapacidad son generalmente desconfiadas.	Sí___	No___

25- No quiero trabajar con personas con discapacidad.	Sí ___	No ___
26- En cualquier situación no me gustaría encontrarme con personas con discapacidad.	Sí ___	No ___
27- Las personas con discapacidad pueden hacer muchas cosas tan bien como cualquier otra persona.	Sí ___	No ___
28- La mayoría de las personas con discapacidad están resentidas con las personas físicamente normales.	Sí ___	No ___
29- La mayor parte de las personas con discapacidad es poco constante con lo que hace.	Sí ___	No ___
30- Las personas con discapacidad son capaces de llevar una vida normal.	Sí ___	No ___
31- Si tuviera un familiar cercano con discapacidad, evitaría comentarlo con otras personas.	Sí ___	No ___
32- La mayor parte de las personas con discapacidad están orgullosas de sí mismas.	Sí ___	No ___
33- La mayoría de las personas con discapacidad sienten que son tan valiosas como cualquiera.	Sí ___	No ___
34- La mayoría de las personas con discapacidad prefieren trabajar con otras personas que tengan su mismo problema.	Sí ___	No ___
35- Se debería prevenir que las personas con discapacidad tuvieran hijos/as.	Sí ___	No ___
36- Las personas con discapacidad son en general tan conscientes como las personas normales.	Sí ___	No ___
37- Deberían existir leyes que prohibieran casarse a las personas con discapacidad.		

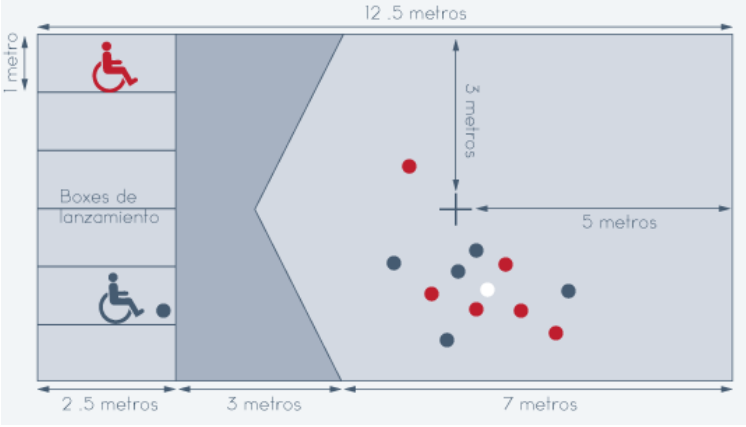
10.2. Anexo 2: Unidad Didáctica de 5º de primaria "BOCCIA"

Explicación de las sesiones	
<u>SESIÓN 1</u>	<p>Explicación del desarrollo de la Unidad Didáctica, donde se trabajará la boccia, que es un deporte paralímpico creado para los discapacitados.</p> <p>También se explicará la dinámica del juego y sus principales reglas. Al finalizar la explicación se realizarán juegos de familiarización.</p>
<u>SESIÓN 2</u>	Partidos de Boccia

Recursos materiales	
<u>MATERIALES</u>	<u>IMAGEN</u>
<ul style="list-style-type: none"> Sillas de ruedas. Material específico de Boccia. Cinta de carrocero o tiza (marcar la pista). Canaletas. 	

SESIÓN 1: Introducción a la Boccia Nº DE ALUMNOS: 25	
PARTE	TIEMPO

<u>INTRODUCCIÓN/CALENTAMIENTO</u>	
<p>Explicación:</p> <p>Se introducirá la U.D que se va a desarrollar, así como, también se explicará la dinámica de las sesiones. Además se expondrán las principales reglas del deporte.</p>	10'
<u>PARTE PRINCIPAL</u>	
<p><u>Actividad 1:</u> Petanca desde banco sueco.</p> <p>Después de explicar las normas, se realizará un juego de familiarización con el material. Se jugará a la petanca desde un banco sueco y con el material de Boccia. Se formaran equipos de 4 alumnos, cada alumno deberá lanzar dos bolas, y cuando se hayan lanzado todas se realizará un recuento. El equipo que mayor número de bolas consiga acercar a la bola blanca (la más pequeña) será el ganador. Todos los equipos juegan contra todos</p>	40'
<u>VUELTA A LA CALMA</u>	
<p>Reflexión grupal en la que expresen sus opiniones sobre si habían visto alguna vez algún partido de este tipo.</p>	10'

SESIÓN 2: Partidas de Boccia. Nº DE ALUMNOS: 25	
PARTE	TIEMPO
<u>INTRODUCCIÓN/CALENTAMIENTO</u>	
<p>Introducción:</p> <p>Como vamos a desarrollar el juego por equipos, en esta parte de la sesión formaremos los grupos de cuatro alumnos cada uno, para posteriormente jugar un torneo en la que se enfrenten todos contra todos. Volveremos a explicar las reglas y el funcionamiento del juego.</p>	10'
<u>PARTE PRINCIPAL</u>	
<p><u>Actividad 1:</u></p> <p>Cada par de equipos se coloca en un campo, pintado en la pista polideportiva. Los alumnos del equipo que descansa serán los encargados de ser los jueces y a su vez los asistentes de los alumnos que adquieran el rol de deportistas (los que lanzan con canaleta). Se jugaran partidos modificando la puntuación original:</p> 	40'
<ul style="list-style-type: none"> Ganará el equipo que antes alcance 10 puntos, sabiendo que cada bola que esté más cerca que una del contrario 	

<p>valdrá 1 punto.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si un equipo es capaz de acercar 5 bolas sin que el equipo contrario acerque ninguna, será el ganador directo. • Se jugaran dos rondas, si no se alcanzan los 10 puntos ganará el equipo que mayor puntuación obtenga. 	
<u>VUELTA A LA CALMA</u>	
<p>Reflexión grupal en la que expresen sus opiniones sobre si habían visto alguna vez algún partido de este tipo. También deberán comentar la experiencia vivida.</p>	10'

10.3. Anexo 3: Unidad Didáctica de 5º de primaria “FÚTBOL 5”

Explicación de las sesiones	
<u>SESIÓN 1</u>	<p>Explicación del desarrollo de la Unidad Didáctica, donde se trabajará la Fútbol 5, que es un deporte paralímpico adaptado para discapacitados, concretamente para discapacitados visuales o ciegos.</p> <p>Se realizarán diferentes actividades en las cuales los alumnos experimentaran las sensaciones de los deportistas paralímpicos de Fútbol 5.</p>
<u>SESIÓN 2</u>	<p>En la segunda sesión pondremos en práctica lo aprendido anteriormente realizando partidos a modo torneo.</p>

Recursos materiales	
<u>MATERIALES</u>	<u>IMAGEN</u>
<ul style="list-style-type: none">• Balón de Fútbol sala con cascabeles• Antifaces• Conos	

SESIÓN 1: Conocemos el Fútbol 5 para deficientes visuales Nº DE ALUMNOS: 25	
PARTE	TIEMPO
<u>INTRODUCCIÓN/CALENTAMIENTO</u>	
Explicación: Introducción del desarrollo de la Unidad Didáctica. Explicaremos la jugabilidad y las características de este deporte, así como sus reglas y las adaptaciones. Actividad/Calentamiento: Con los ojos vendados, los alumnos tendrán que orientarse por la pista de fútbol sala a modo de introducción para los posteriores ejercicios.	10' 5'
<u>PARTE PRINCIPAL</u>	
<p>La parte principal consistirá en un circuito de 4 postas, donde en cada una se trabajará una actividad diferente. Se formarán 4 o 5 grupos en clase, de 5 alumnos cada uno de ellos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Por parejas, nos colocamos en un círculo. Un compañero se venda los ojos y el otro compañero realiza sonido con las llaves o dando palmas. El objetivo es que el compañero que tiene los ojos vendados atrape al compañero, también podemos meter la variante de tener que golpearle con el periódico. Luego cambian los roles. • Por parejas, uno de la pareja se coloca el antifaz y debe llegar hasta un objeto según las indicaciones que le demos (5 pasos al frente, 2 izquierda y uno a la derecha) Luego cambian los roles, también podemos colocar conos, sillas, etc. Que tengan que esquivar. En vez de decir, izquierda, 	10' 10'


<p>derecha, etc. Le daremos las indicaciones diciendo Norte, Sur, Este y Oeste.</p> <ul style="list-style-type: none"> Lanzar a la diana, con el antifaz y escuchando las indicaciones del otro miembro de la pareja, debemos darle a los conos de papel con la pelota de fútbol sala. Cambiamos roles. Se realizará una competición entre parejas, realizando 5 lanzamientos cada alumno. Por último, realizaremos un partido de fútbol con una pelota de fútbol sala para ciegos. Primero jugaremos con nuestro compañero a nuestro lado sin los ojos vendados, y luego todos estaremos con los ojos vendados. 	<p>10'</p> <p>10'</p>
<u>VUELTA A LA CALMA</u>	
Reflexión grupal en la que comenten su primera toma de contacto y su vivencia sobre la sesión.	5'

SESIÓN 2: Partidos Fútbol 5 Nº DE ALUMNOS: 25	
PARTE	TIEMPO
<u>INTRODUCCIÓN/CALENTAMIENTO</u>	
Como vamos a desarrollar el juego por equipos, en esta parte de la sesión formaremos los grupos de cinco alumnos cada uno, para posteriormente jugar un torneo en la que se enfrenten todos contra todos. Volveremos a explicar las reglas y el funcionamiento del juego.	5'
<u>PARTE PRINCIPAL</u>	

<p>En esta sesión se jugarán partidos de Fútbol 5, con el reglamento que se utiliza en los Juegos Paralímpicos.</p> <p>A modo de torneo se jugarán partidos donde todos se enfrenten a todos. Se realizarán encuentros de 5 minutos, de esta manera todos jugarán más de un partido. En cada partido tendrán que cambiar posiciones, ya que el portero es el único que no lleva antifaz y todos deberán experimentar la vivencia de jugar con los ojos vendados. Hay que recordar que en esta competición no importa ganar, solo importa sentirse como una persona con discapacidad y experimentar sus sensaciones y sentimientos cuando realizan actividad física.</p>	50'
<p><u>VUELTA A LA CALMA</u></p>	
<p>Reflexión grupal en la que expresen sus opiniones sobre si habían visto alguna vez algún partido de este tipo. También deberán comentar la experiencia vivida.</p>	5'

10.4. Anexo 4: Unidad Didáctica de 5º de primaria “GOALBALL”

Explicación de las sesiones	
<u>SESIÓN 1</u>	<p>Explicación del desarrollo de la Unidad Didáctica, donde se trabajará el goalball, que es un deporte paralímpico creado exclusivamente para personas con discapacidad.</p> <p>También se explicará la dinámica del juego y sus principales reglas. Al finalizar la explicación se realizarán juegos de familiarización.</p>
<u>SESIÓN 2</u>	Partidos de Goalball

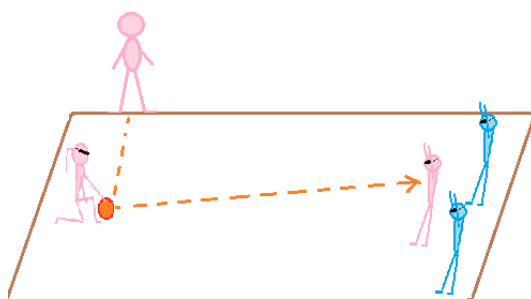
Recursos materiales	
<u>MATERIALES</u>	<u>IMAGEN</u>
<ul style="list-style-type: none">• Antifaces• Pelota de cascabel• Conos• Pelota de goma espuma	

SESIÓN 1: Introducción al Goalball Nº DE ALUMNOS: 25	
PARTE	TIEMPO
<u>INTRODUCCIÓN/CALENTAMIENTO</u>	
Explicación: Se introducirá la U.D que se va a desarrollar, así como, también se explicará la dinámica de las sesiones. Además se expondrán las principales reglas del deporte.	10'
<u>PARTE PRINCIPAL</u>	
<ul style="list-style-type: none"> Pásala y párala: Primeramente se colocan cuatro filas de colchonetas distanciadas entre sí a 2-3 metros. Se le asigna un número a cada alumno, del 1 al 4, y cada número será una fila. La fila uno y la dos, realizarán la actividad juntos, mientras que la tres y la cuatro también. Se formarán parejas, uno en cada fila, por ejemplo, un jugador de la fila uno con un jugador de la fila dos. Estas parejas están colocadas una delante de la otra. Un miembro de la pareja realizará un pase (rodando el balón por el suelo) y el otro, que estará con las piernas abiertas, la tiene que parar. Para pararla, no podrá moverse del suelo, solo podrá pararla en la posición inicial y con los brazos. Luego intercambian roles. 	

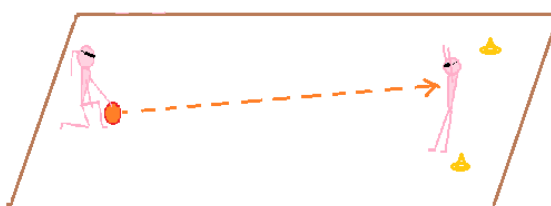


- **Uno contra tres:** Se forma una fila detrás de la línea de fondo para realizar lanzamientos de balón de Goalball. En la línea de fondo opuesta a ésta, se colocarán 3 jugadores para intentar parar los lanzamientos.

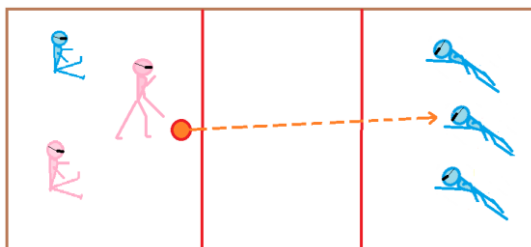
A la señal de ¡ya!, el primero de la fila saldrá y el profesor, le tirará, rodando por el suelo, el balón. Tendrá que dirigirse hacia el balón y cogerlo. Seguidamente, lanzará el balón hacia el otro medio campo, intentando los 3 jugadores que no se realice gol. Una vez lanzado, éste pasa al lado derecho del campo, y éste pasa en medio... y el jugador izquierdo recoge el balón y se dirige a la fila para poder lanzar. Los balones de Goalball, una vez los recogen, los dejan cerca del profesor.



- **Pase de Penaltis:** Se ponen dos conos a una distancia de 3 metros entre ellos, simulando una portería, a cada línea de fondo del campo. En cada portería habrá un jugador que intentará parar los balones de Goalball que pasen los compañeros. Mientras que, en medio campo se pondrán dos filas, una mirando a la portería del campo derecho y la otra mirando a la portería del campo izquierdo. El primero de cada fila lanzará el balón, rodando por el suelo, hacia la portería y el jugador que está en ella, tiene que intentar parar el balón. El jugador que lanza sólo puede lanzar desde el suelo, con una rodilla mínimo apoyada en el suelo. Una vez lanzado, éste



pasa a la portería y éste recoge su balón para dirigirse a la fila donde lanzan.	
<u>VUELTA A LA CALMA</u>	
Reflexión grupal en la que expresen sus opiniones sobre si habían visto alguna vez algún partido de este tipo.	10'
SESIÓN 2: Partidas de Goalball. Nº DE ALUMNOS: 25	
PARTE	TIEMPO
<u>INTRODUCCIÓN/CALENTAMIENTO</u>	
Introducción: Explicaremos de nuevo las normas del juego, se les recordará que no deben de hablar durante el partido ya que si no, no escucharán la pelota y formarán equipos de 3 personas.	5'
<u>PARTE PRINCIPAL</u>	
Partido Goalball: Se forman equipos de 3 personas cada uno. Se colocan cada equipo en un extremo del campo, sentados y con las piernas semiflexionadas. El juego consiste en marcar gol en la portería contraria haciendo rodar el balón por el suelo. Para defender el balón, los jugadores deberán extenderse en el campo una vez haya sido lanzado el balón, mientras tanto deberán permanecer en la posición que hemos dicho anteriormente, y con las manos en el suelo.	50'



<u>VUELTA A LA CALMA</u>	
Reflexión grupal en la que expresen sus opiniones sobre si habían visto alguna vez algún partido de este tipo. También deberán comentar la experiencia vivida.	5'